Rizoto z červené řepy

Obtížnost:

Čas přípravy: 20min , Čas vaření: 25min
Celkový čas: 45min , Porce: **2**

818 kalorií , **17 g** cukrů , **16 g** tuků , **21 g** bílkovin

Autor: Šéfredaktor

Odkaz: https://srecepty.cz/rizoto-z-cervene-repy

Příprava

Oloupeme a na drobno nasekáme cibulku, kterou necháme zkaramelizovat na oleji. Přisypeme rýži a přibližně minutku podusíme. Poté vlijeme bílé víno a za stálého míchání přivedeme k varu. Přidáme 150 ml vývaru (ať je rýže vývarem zakryta) a na mírném ohni dusíme 20 minut. Postupně přiléváme zbytek vývaru. Uvařenou řepu oloupeme a nakrájíme na malé kostičky. Pět minut před koncem vaření vmícháme řepu do rizota. Do hotového rizota vmícháme riccotu, dochutíme solí a pepřem a před podáváním posypeme nastrouhaným parmazánem a nasekanou pažitkou.

Ingredience

- 450 ml zeleninového vývaru
- 3 cibule
- 1 lžíce olivového oleje
- 120 g rýže natural (celozrnné)
- 250 g vařené řepy
- 100 ml bílého vína
- 1/2 svazku pažitky
- 25 g parmazánu
- 2 lžíce sýru riccota
- špetka soli
- špetka pepře

Kategorie

Obyčejný den, Česká, Redukční, Vegetariánská, Štíhlá slečna